



CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 26 a 30 de maio de 2025

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 3 anos)					
	26/05/25	27/05/25	28/05/25	29/05/25	30/05/25
Lanche	Suco de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Fruta	Suco de fruta Fruta
Almoço	Salada de legume à vinagrete Arroz c/ feijão Saladão de proteína com legume vit. A e feculento Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Creme de milho	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Farofa	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Fruta
Lanche	Vitamina de frutas Cookie de fruta	Suco de frutas Bolo de fruta c/ aveia	Suco de frutas Milho na manteiga	Suco de fruta Torta de legumes c/ proteína	Vitamina de frutas Pão de leite em pó
Jantar	Arroz c/ feijão Proteína Legume refogado	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, verdura) Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Purê de feculento
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	889,06 kcal	139,09g	40,74g	18,86g	

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (4 a 5 anos)					
	26/05/25	27/05/25	28/05/25	29/05/25	30/05/25
Lanche	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Fruta	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Fruta	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor
Almoço	Salada de legume à vinagrete Arroz c/ feijão Saladão de proteína com legume vit. A e feculento Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Creme de milho	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Farofa	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Fruta
Lanche	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Bolo de fruta c/ aveia	Suco de fruta Pipoca +Fruta	Suco de fruta Pão c/ patê de legume vit. A e proteína	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor
Jantar	Arroz c/ feijão Proteína Legume refogado	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, verdura) Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Purê de feculento
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	998,45 kcal	161,69g	43,98g	19,53g	

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 6 anos)					
	26/05/25	27/05/25	28/05/25	29/05/25	30/05/25
Lanche A (BII e MI)	Suco de fruta Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Fruta	Suco de fruta Mamão
LANCHE (MII, JD, PRÉ)	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor		Suco de fruta Pão c/ enriquecedor
ALMOÇO	Salada de legume à vinagrete Arroz c/ feijão Saladão de proteína com legume vit. A e feculento Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Creme de milho	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Farofa	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Fruta
LANCHE (BII e MI)	Vitamina de frutas Cookie de fruta	Suco de frutas Bolo de fruta c/ aveia	Suco de frutas Milho na manteiga	Suco de fruta Torta de legumes c/ proteína	Vitamina de frutas Pão de leite em pó
LANCHE (MII, JD, PRÉ)	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor		Suco de frutas Pipoca + Fruta		Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor
JANTAR	Arroz c/ feijão Proteína Legume refogado	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, verdura) Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Purê de feculento
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	889,06 kcal	139,09g	40,74g	18,86g	CRECHES 1 a 3 anos
	998,45 kcal	161,69g	43,98g	19,53g	EMEI/PI a partir de 3 anos

PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL					
	26/05/25	27/05/25	28/05/25	29/05/25	30/05/25
Lanche	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Fruta	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Fruta	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor
Almoço	Salada de legume à vinagrete Arroz c/ feijão Saladão de proteína com legume vit. A e feculento Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Creme de milho	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Farofa	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Fruta
Lanche	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Bolo de fruta c/ aveia	Suco de fruta Pipoca + Fruta	Suco de fruta Pão c/ patê de legume vit. A e proteína	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	1165,23 kcal	180,87g	45,75g	28,75g	EMEF INTEGRAL 6 a 10 anos
	1456,53 kcal	226,08g	57,18g	35,93g	EMEF INTEGRAL 11 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL					
	26/05/25	27/05/25	28/05/25	29/05/25	30/05/25
Lanche	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Fruta	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Fruta	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor
Almoço	Salada de legume à vinagrete Arroz c/ feijão Saladão de proteína com legume vit. A e feculento Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Creme de milho	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Farofa	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Fruta
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	896,23 kcal	143,64g	39,31g	18,27g	
PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS					
	26/05/25	27/05/25	28/05/25	29/05/25	30/05/25
Jantar	Salada de legume à vinagrete Arroz c/ feijão Saladão de proteína com legume vit. A e feculento Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Creme de milho	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Farofa	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Fruta
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	664,45 kcal	110,35g	33,60g	9,85g	

OBS 1: Cardápio sujeito à alteração de acordo com a disponibilidade de gêneros e safra.

OBS 2: Este cardápio poderá ser alterado pelo nutricionista de cada Unidade Escolar, caso haja necessidade.

Responsável Técnica: Sofia Bonna Boschetti Barbosa CRN 3 - 10.903